



9がつのこんだて



2024年度

いしだほいくえん

普通食

日にち	献立名	食 材	おやつ	日にち	9	食 材	おやつ
月 2 30	ごはん さばの味噌煮 なめ茸和え すまし汁	ごはん さば・生姜・みそ・砂糖・みりん・酒 小松菜・えのき・人参 だし・醤油・砂糖・みりん 豆腐・わかめ・だし・醤油・みりん	コンソメポテト じゃが芋・油 塩 洋風だし	月 9	ごはん 鶏肉と野菜炒め 中華きゅうり みそ汁	ごはん 鶏肉・玉ねぎ・人参・もやし・舞茸 ほうれん草・にんにく・醤油・みりん きゅうり・ごま・醤油・砂糖・ごま油 なす・油揚げ・だし・みそ	栗ご飯おにぎり 米・栗・昆布(だし用) 塩・黒ごま
火 3	ごはん 納豆かき揚げ 豚汁 フルーツ	ごはん 納豆・ちくわ・さつま芋 玉ねぎ・てんぷら粉・塩・油 豚肉・大根・人参・しめじ・ほうれん草・だし・みそ りんご	きな粉あめ/ 煮干し きな粉・水あめ・砂糖 /にぼし	火 10 24	ごはん 鮭のつけ焼き おから煮 みそ汁	ごはん 鮭・醤油・みりん・酒 おから・油揚げ・さつま芋・人参 干椎茸・ねぎ・だし・醤油・砂糖・みりん 小松菜・しめじ・だし・みそ	お好み焼き お好み焼き粉・ちくわ キャベツ・ねぎ・ソース かつお節
水 4 18	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	ごはん 豆腐・豚ミンチ・白ねぎ・にんにく・生姜 みそ・赤みそ・醤油・砂糖・中華だし 春雨・きゅうり・人参・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 もやし・コーン・にら・ごま・中華だし・醤油	中華おこわおにぎり 米・もち米・豚ミンチ 干椎茸・人参・しょうが 砂糖・醤油・ごま油	水 11 25	ごはん 豚つくね おかか和え すまし汁	ごはん 豚ミンチ・豆腐・玉ねぎ・ひじき 生姜・片栗粉・味噌・みりん キャベツ・小松菜・人参・かつお節・醤油 ふ・えのき・だし・醤油・みりん	じゃこマヨトースト 食パン じゃこ マヨドレ・青のり
木 5 19	ごはん 鶏のケチャップ煮 ほうれん草サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉・玉ねぎ・にんにく・ケチャップ・砂糖 ほうれん草・人参・きゅうり 酢・砂糖・醤油・油 さつま芋・玉ねぎ・だし・みそ	りんごケーキ 小麦粉・りんご ベーキングパウダー 砂糖・牛乳	木 12 26	秋野菜カレー ひじきサラダ フルーツ	ごはん・鶏肉・玉ねぎ・人参 さつま芋・しめじ・カレールーウ キャベツ・ひじき・人参 酢・砂糖・醤油・油 りんご	黒糖ちんすこう 小麦粉 ラード 黒糖・砂糖
金 6 20	きのこごはん さんまの塩焼き かぼちゃの煮つけ みそ汁	ごはん・しめじ・舞茸・油揚げ・人参・醤油・みりん さんま・塩 かぼちゃ だし・醤油・砂糖 玉ねぎ・じゃが芋・ほうれん草・だし・みそ	6日 小豆クッキー 小麦粉・砂糖・バター 小豆 20日 おはぎ 米・もち米・小豆・砂糖・塩	金 13 27	ごはん ポークビーンズ 添え野菜 コンソメスープ	ごはん 豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・油 ケチャップ・洋風だし・砂糖・ソース ブロッコリー・塩 南瓜・玉ねぎ・洋風だし	メープル大学芋 さつま芋・油 メープルシロップ 黒ごま
土 7 21	豚丼 みそ汁 フルーツ	ごはん・豚肉・玉ねぎ 人参・しらたき・ねぎ・だし・醤油・砂糖 もやし・小松菜 だし・みそ バナナ	おかし ビスケット チーズ	土 14 28	五目炊き込みご飯 すまし汁 フルーツ	鶏肉・油揚げ・ごぼう・人参 干椎茸・だし・醤油・みりん 豆腐・ほうれん草 だし・醤油・みりん りんご	おかし せんべい 煮干し
お 楽 し み 献 立 17	おにぎり 鶏と野菜の天ぷら 満月芋 すまし汁 フルーツ	ごはん・人参・ケチャップ 鶏肉・コーン・グリーンピース・人参・てんぷら粉・塩・醤油・油 さつま芋・砂糖・醤油 ふ・えのき・だし・醤油・みりん りんご	お月見団子 白玉粉・豆腐 醤油・砂糖・片栗粉	今月のお楽しみ献立は「お月見メニューです」			

※おやつの際に牛乳を飲みます。乳児80ml 幼児100ml

★だしは、かつお・昆布でとっています

栄養給与目標値

乳児420 kcal・幼児1000 kcal

(完全給食 おやつを含む)

*やむをえずメニュー変更する

時があるかもしれません